

SOL&AGRIFOOD. In Fiera l'anteprima della manifestazione organizzata con Avenue Media e in calendario nel 2014

Pasta Trend serve in tavola l'imperatrice delle pietanze

L'Italia è leader mondiale nella produzione di **pasta** (3,2 milioni di tonnellate). Ogni italiano ne consuma 26 chili all'anno

Elisa Costanzo

È buona, fa bene e resiste alla crisi, ma soprattutto rappresenta un'eccellenza tutta italiana. È la **pasta**, la protagonista di **Pasta Trend Preview**, anteprima della manifestazione in calendario nel 2014, promossa da Veronafiere e Avenue Media, organizzata nell'ambito di Sol&Agrifood.

Ad affermare il primato italiano di tutta la filiera, su 500mq, ci saranno 51 espositori: grandi ma anche piccoli produttori, rappresentanti del mondo della **pasta**, dalle tecnologie di produzione, dai condimenti, dalla ricerca delle sementi più sane fino alle paste biologiche, senza trascurare i piatti pronti e soprattutto la **pasta** fresca. Alla base della dieta mediterranea e un alimento immancabile della cucina italiana, basti pensare che un italiano su tre ne mangia almeno un piatto al giorno e in media ne consuma 26 chili l'anno, senza tener conto di

quella fatta in casa.

Nel 2012 gli Italiani ne hanno, infatti, portati in tavola più di 1,5 milioni di tonnellate, che equivalgono a circa 2,8 miliardi di euro. Un consumo, quello italiano, che è tre volte superiore a quello statunitense, greco e francese, cinque volte superiore a quella di un tedesco e di uno spagnolo, sedici volte superiore a quella di un giapponese.

LA PRODUZIONE. Inoltre, l'Italia è anche leader mondiale nella produzione con 3,2 milioni di tonnellate, seguono gli Stati Uniti con 2 milioni di tonnellate, il Brasile con 1,3 milioni di tonnellate e la Russia con 858mila tonnellate. Un piatto di **pasta** su quattro nel mondo è prodotto in Italia, che ricava dall'export di **pasta** nel mondo circa miliardi di euro, con numeri importanti soprattutto in Germania, Francia, Inghilterra, Stati Uniti e Giappone.

Non va dimenticato che, grazie alla dieta mediterranea e al consumo di **pasta**, l'Italia, insieme alla Spagna, ha oggi

l'aspettativa di vita più alta in Europa ed è al secondo posto, dietro solo al Giappone, nel mondo. «Tutti gli studi epidemiologici eseguiti negli ultimi quaranta anni», evidenzia il professor Enrico Roda, past president della Federazione italiana società malattie digestive e attuale presidente della Fondazione istituto di scienze della salute, «documentano, in maniera inequivocabile, che l'adesione alla dieta mediterranea allunga la speranza di vita in buona salute, riducendo il rischio di malattie cardiovascolari e cancro. Questo effetto è dovuto in particolare alla componente vegetale. La **pasta** è, dal punto di vista salutare, il prodotto cerealicolo migliore perché presenta un indice glicemico basso e ricco di polifenoli, specie nella sua versione integrale. Pertanto, apporta un contributo fondamentale a quel 50% di carboidrati complessi che l'individuo dovrebbe assumere in un giorno».

ALIMENTAZIONE E SALUTE. La

scommessa ora è come migliorarla. L'analisi sarà affrontata durante il Convegno «Alimentazione e Salute» che vedrà riunita la comunità scientifica a Verona il prossimo 9 aprile. Medici, dietisti, farmacisti, biologi discuteranno la questione partendo dalle selezioni genetiche fino ad arrivare alla fortificazione della **pasta**, tenendo conto anche di un problema particolarmente sentito: l'intolleranza al glutine. Centrale sarà anche la discussione sul ruolo del microbioma intestinale, ovvero quell'insieme di batteri che risiedono nel nostro intestino, la cui dimensione è talmente grande da realizzare una massa di dna pari a quella dell'individuo che lo ospita.

Secondo le rivoluzionarie scoperte degli ultimi tre/quattro anni ha un ruolo determinante per la nostra salute; ed è la chiave di volta su cui far leva per sconfiggere l'insorgere della malattia metabolica e dell'obesità dilagante nella società contemporanea, ora curabile con la terapia chirurgica. ●

Se ne parla il 9 aprile in un convegno

Intolleranze alimentari, alla ricerca della farina giusta per ogni stomaco

La **pasta** fa bene, ma purtroppo non a tutti. Sensibilità al glutine e celiachia, disagi metabolici cronici e non, dovuti a sensibilità o intolleranza permanente alla gliadina, la componente alcool-solubile del glutine, un insieme di proteine contenute nel frumento, nell'orzo, nella segale, nel farro, nel kamut, saranno tra i temi affrontati durante il convegno «Alimentazione e salute», che si terrà in Sala Vivaldi martedì 9 aprile, dalle 10 alle 18.

STUDI SCIENTIFICI. Da tempo la scienza studia questo malfunzionamento del metabolismo che negli ultimi anni si è evidenziato in un numero sempre più elevato di individui. Infatti recenti studi epidemiologici segnalano che i celiaci in Italia sarebbero 600mila, circa l'1% della popolazione, con un rapporto tra femmine e maschi di 2 a 1.

Bisogna però sottolineare che i pazienti a cui è stata diagnosticata la patologia sono 100mila, ciò significa che 5 persone celiache su 6 ancora non lo sanno e sebbene non abbia una trasmissione genetica diretta, è comunque caratterizzata da un certo grado di familiarità.

L'intolleranza al glutine procura importanti lesioni alla mucosa dell'intestino tenue, che regrediscono eliminando il glutine dall'alimentazione. La patologia è reversibile, se il soggetto celiaco non assume

alimenti con glutine o contaminati. Purtroppo il celiaco sarà tale per sempre: l'unica cura consiste in una dieta rigorosamente priva di glutine. E la dieta deve essere prescritta da un medico nutrizionista qualificato.

SPERANZE DALLA RICERCA.

Notizie recenti aumentano le speranze dei celiaci: nel corso di una ricerca scientifica sarebbe stato individuato un elemento in grado di combattere la disfunzione e avvicinarsi notevolmente ad una soluzione del problema se non alla definitiva sconfitta della celiachia. Inoltre da alcuni anni la comunità scientifica ha cominciato a riconoscere la sensibilità al glutine come patologia.

Il problema, infatti, è risultato più diffuso di quanto si pensi; secondo autorevoli studi, circa il 6% degli italiani soffre di disturbi che potrebbero essere riconducibili alla sensibilità al glutine, riconducibili a sintomi simili a quelli della celiachia.

Ma sembra si tratti di una situazione che, al contrario della celiachia, è transitoria e può risolversi dopo un periodo di alimentazione senza glutine non inferiore a 1-2 anni.

La sensibilità al glutine è causa di mal di testa, nausea, irritazione intestinale, stanchezza, dolori muscolari e molti altri problemi a cui, se si ignora la propria condizione di sensibilità, non si sa dare spiegazione. Per questo è importante il test sull'intolleranza alimentare.



La **pasta** è al centro di **PastaTrend**, la manifestazione che per la prima volta arriva alla Fiera di Verona

